

психіатр	psychiatra	[психятра]
психолог	psycholog	[психольоґ]
психотерапевт	psychoterapeuta	[психотерапеута]
психотерапія	psychoterapia	[психотерапя]
психічне здоров'я	zdrowie psychiczne	[здорове психічне]
терапія	terapia	[терапя]
депресія	depresja	[депреся]
тривожність	lęk	[ленк]
хвилювання	zmartwienia	[змартвєня]
страх	strach	[страх]
нічні жахи	koszmory	[кошмари]
ізоляція	samotność	[самотность]
печаль	smutek	[смутек]
плач	placz	[пуач]
відпочинок	odpoczynek	[одпочинек]
обняти	przytulić	[пжитуліть]
прогулянка	spacer	[спацер]
підтримка	wsparcie	[вспарце]
антидепресанти	antydepresanty	[антидепресанти]
Я часто сумую.	Jestem często smutny. Jestem często smutna.	[Єстем ченсто смутни. Єстем ченсто смутна.]
Погано себе почуваю психічно.	Nie czuję się psychicznie dobrze.	[Не чуєн сен психічне добже.]
Маю нічні жахи.	Mam koszmory.	[Мам кошмари.]
Часто мені хочеться плакати.	Chce mi się często płakać.	[Хце мі сен ченсто пуакать.]
Відчуваю тривожність.	Czuję lęk.	[Чуєн ленк.]

Відчуваю себе в ізоляції.	Czuję się osamotniony. Czuję się ostamotniona.	[Чуєн сен осамотньони. Чуєн сен остамотньона.]
У мене часто виникають хвилювання та страхи.	Często pojawiają się u mnie zmartwienia i lęki.	[Ченсто появляйон сен у мене змартвеня і ленкі.]
Мені потрібно відпочити.	Potrzebuję odpocząć.	[Потжебуєн одпочонть.]
В мене відчуття, що мене ніхто не розуміє.	Mam wrażenie, że mnie nikt nie rozumie.	[Мам враженє, же мнє нікт не розумє.]
Я нещасний. Я нещасна.	Nie jestem szczęśliwy. Nie jestem szczęśliwa.	[Не єстем щенсьліви. Не єстем щенсьліва.]
Не можу спати.	Nie mogę spać.	[Не моґен спать.]
Не можу плакати.	Nie mogę płakać.	[Не моґен пуакать.]
У мене немає апетиту.	Nie mam apetytu.	[Не мам апетиту.]
Не хочу про це говорити.	Nie chcę o tym mówić.	[Не хцен о тим мувіть.]
Мені потрібні обійми.	Potrzebuję się przytulić.	[Потжебуєн сен пжитуліть.]
Не обов'язково бути на самоті.	Nie musisz mierzyć się z tym sam. Nie musisz mierzyć się z tym sama.	[Не мусіш межить сен з тим сам. Не мусіш межить сен з тим сама.]
Хочеш поговорити про те, що відчуваєш?	Chcesz porozmawiać o tym, co czujesz?	[Хцеш порозмавять о тим, цо чуєш?]
Я тут для тебе.	Jestem tu dla ciebie.	[Єстем ту для цебе.]
Можеш спробувати знайти професійну допомогу.	Możesz spróbować znaleźć profesjonalną pomoc.	[Можеш спробувать зналезть професійнальнон помоц.]
йти на прогулянку	iść na spacer	[ісьть на спацер]
вести щоденник	pisać pamiętnik	[пісать паментнік]
радість	radość	[радосьть]
розуміння	rozumienie	[зрозумєнє]
догляд	opieka	[опєка]
порада	rada	[рада]

дати пораду	dać radę, poradzić	[дать раден, пораdzіть]
поділитися	podzielić się	[подзеліть сен]
обмін (думками)	dzielenie się	[дзелене сен]
Я щасливий. Я щаслива.	Jestem szczęśliwy. Jestem szczęśliwa.	[Єстем щенсьліви. Єстем щенсьліва.]
Мені подобається...	Lubię...	[Любєн...]
Що тобі принесе радість?	Co Ci sprawi radość?	[Цо Ці справі радосьть?]
Я тебе розумію!	Rozumiem Cię!	[Розумєм Цєн!]
Що тобі подобається?	Co lubisz?	[Цо любіш?]
Коли ти почуваєш себе щасливим? Коли ти почуваєш себе щасливою?	Kiedy się czujesz szczęśliwy? Kiedy się czujesz szczęśliwa?	[Кєди сен чуєш щенсьліви? Кєди сен чуєш щенсьліва?]
Які слова тобі спадають на думку, коли я кажу...	Jakie słowa przychodzą Ci do głowy, kiedy powiem...?	[Якє суова пжиходзон Ці до г'уови, кєди повєм...?]
За ким ти сумуєш?	Za kim tęsknisz?	[За кім тенскніш?]
За чим ти сумуєш?	Za czym tęsknisz?	[За чим тенскніш?]
Хто у тебе тут є?	Kogo masz tutaj?	[Коґо маш тутай?]
Що у тебе тут є?	Co masz tutaj?	[Цо маш тутай?]
Що у тебе сьогодні відбулося гарного?	Co Ci się dzisiaj przydarzyło miłego?	[Цо Ці сен дзісйя пжидажиуо міуєґо?]
Що я для тебе можу зробити?	Co mogę dla Ciebie zrobić?	[Цо моґєн для Цєбє зробіть?]
Можу тобі якось допомогти?	Mogę Ci jakoś pomóc?	[Моґєн Ці якось помуц?]
Що тобі потрібно, щоб відчути себе краще?	Co potrzebujesz, żebyś się czuł lepiej? Co potrzebujesz, żebyś się czuła lepiej?	[Цо потжебуєш, жебись сен чуу лєпєй? Цо потжебуєш, жебись сен чууа лєпєй?]
За що ти можеш сьогодні себе оцінити?	Za co się dzisiaj możesz docenić?	[За цо сен дзісйя можеш доценіть?]